



## **O SER HUMANO ALÉM DA FARDA:** Revisão integrativa de literatura sobre a relação entre o processo saúde-doença e as atividades laborais do profissional bombeiro

Rafael Lima de Araújo<sup>1</sup>  
Fernando Fernandes de Almeida<sup>2</sup>

### **RESUMO**

O presente trabalho busca realizar uma análise acerca da relação entre as atividades desenvolvidas pelos Bombeiros no decorrer de sua carreira profissional e as doenças adquiridas ou agravadas ao longo desse período. Tal abordagem se faz necessária, pois as atividades desempenhadas por eles englobam um escopo enorme de áreas, expondo-os à uma diversidade de condições que podem comprometer sua saúde física e mental. Assim, como objetivo, este estudo visa apresentar uma correlação entre o processo saúde-doença e a atividade laboral do bombeiro. Trata-se de uma pesquisa de cunho qualitativo e quantitativo, inicialmente sendo feita a coleta de dados através de pesquisa bibliográfica, possuindo enfoque em uma revisão de literatura e tendo como bases utilizadas as seguintes fontes bibliográficas: Scielo, Lilacs, Pubmed e BVS, de autores que são referências no tema. Para isso, o confrontamento de vários estudos sobre o tema, através de uma revisão integrativa da literatura, será utilizado para um maior entendimento da dinâmica atual. A análise evidenciou que os bombeiros militares devem passar por uma avaliação continuada e que as especificidades de suas atividades laborais aumentam substancialmente a probabilidade de desenvolvimento de patologias devido ao aumento dos fatores de risco.

**PALAVRAS-CHAVE:** Bombeiro. Saúde-doença. Atividade laboral.

### **ABSTRACT**

The present work seeks to conduct an analysis of the relationship between the activities conducted by firefighters during their professional career and the diseases acquired or aggravated during this period. Such an approach is necessary, as the activities performed by firefighters encompass a huge scope of areas, exposing them to a variety of conditions that can compromise their physical and mental health. Thus, as an objective, this study aims to present a correlation between the health-disease process and the firefighter's work activity. This is qualitative research, initially collecting data through bibliographical research, focusing on a literature review, and using the following bibliographical sources as bases: Scielo, Lilacs,

---

<sup>1</sup>Capitão QOCBMMA. Supervisor de Operações Bombeiro Militar do Centro Integrado de Operações de Segurança do Maranhão. Bacharel em Segurança Pública e do Trabalho pela Universidade Estadual do Maranhão (2013), Bacharel em Medicina pela Universidade Federal do Maranhão (2020). Aluno do curso de Aperfeiçoamento de Oficiais CBMPB – 2022/2023.

<sup>2</sup>Orientador: Major QOCBMMA Fernando Fernandes de Almeida, Bacharel em Segurança Pública e do Trabalho pela Universidade Estadual do Maranhão (2011), Especialista em Defesa Social e Cidadania pelo Corpo de Bombeiros Militar do Pará (2017) e Especialista em Proteção e Defesa Civil pela Faculdade UNINA (2020).

Pubmed and BVS, by authors who are references in the theme. For this, the confrontation of several studies on the subject, through an integrative literature review, will be used for a greater understanding of the current dynamics. The analysis showed that military firefighters must undergo continuous evaluation and that the specifics of their work activities increase the probability of developing pathologies due to the increase in risk factors.

**KEYWORDS:** Fireman. Health-disease. Work activity.

## 1 INTRODUÇÃO

Hodiernamente na sociedade, existe um folclore de que o Bombeiro é um herói, isso decorre da natureza de seu trabalho e da sagacidade para salvar vidas. Entretanto, a realidade das atividades laborais destes profissionais eleva o grau de exigências para além de outras profissões, uma vez que é amplificada pela disciplina militar, exposição às situações de risco variadas e pela jornada de trabalho.

Nesse destarte, as atividades desempenhadas por eles são atribuídas em defesa da vida e bens em situações contingenciais e de emergência. Nesse interim, o fato deles apresentarem uma sobrecarga física e mental imposta pelas situações, muitas vezes, trágicas. Essas peculiaridades são despojadas do imaginário popular e, por vezes, dos próprios profissionais supracitados, deixando em segundo plano necessidade de cuidado pessoal básico, como a própria saúde.

Dessa forma, o presente trabalho versa acerca da temática: “Ser Humano além da Farda: uma revisão integrativa de literatura sobre a relação entre o processo saúde-doença e as atividades laborais do profissional bombeiro”. Nesse sentido, buscou-se responder à seguinte problemática: “Quais as evidências na literatura científica de como a atividade laboral do Bombeiro Militar impacta o seu processo saúde-doença?”. Baseado no problema, elaborou-se a hipótese de que existe correlação direta da atividade laboral do profissional em questão com sua qualidade de vida e saúde.

Diante do exposto, tal abordagem se faz necessária, pois as atividades desempenhadas por eles englobam um escopo enorme de áreas, expondo-os a uma diversidade de condições que pode comprometer sua saúde física e mental. O confronto de vários estudos sobre o tema permitirá um maior entendimento da dinâmica atual e permitirá um direcionamento na adoção de medidas de intervenção.

Assim, o principal objetivo deste trabalho é investigar como as atividades laborais destes profissionais se relacionam com o processo saúde-doença no Brasil. Para tal fim, foram elencamos os seguintes objetivos específicos para abordar o tema: realizar levantamento na

literatura existente sobre o processo saúde-doença dos bombeiros militares e suas atividades laborais; analisar os estudos mais relevantes sobre a temática nos últimos 05 anos; e inferir possíveis relações entre o processo saúde-doença dos bombeiros militares e suas atividades laborais a partir da literatura consultada.

Este intento foi conseguido mediante a revisão integrativa da literatura, com objetivo de identificar na literatura a existência de estudos relevantes que tenham como foco o entendimento das atividades desempenhadas por eles em relação ao processo saúde-doença.

Desta forma o presente estudo está estruturado sequencialmente da seguinte forma: na introdução, foram apresentadas noções introdutórias sobre a temática a ser desenvolvida no trabalho, assim como, o apontamento do tema, justificando suas referências em estudos proposto elencados durante a pesquisa.

No segundo capítulo, apresentam-se os procedimentos metodológicos que foram desenvolvidos na pesquisa, com apresentação dos critérios de inclusão e exclusão, por meio de fluxograma que ilustra os procedimentos da revisão de literatura.

Já no terceiro capítulo, é apresentada a identificação de autores que embasam o estudo e é realizada a conexão dos autores com o tema do presente estudo, apresentando os resultados e demonstrando seus posicionamentos quanto ao tema. Esta parte da pesquisa é composta de subtópicos sobre a saúde física e mental dos bombeiros e a Síndrome de *Burnout*, conforme os fundamentos teóricos encontrados.

Em suma, são apresentadas as considerações finais com reflexões sobre a temática e sobre a revisão de literatura, além das conclusões destacadas pelo autor da pesquisa. Frisa-se, que o estudo possui relevância profissional e acadêmica tendo em vista o incentivo à pesquisa da temática explorada, onde por meio do tema apoiou-se em registros bibliográficos de autores renomados e revisão integrativa.

## **2 METODOLOGIA**

O tipo de pesquisa desenvolvida neste trabalho é a pesquisa de cunho analítica de natureza básica, com abordagem qualitativa e quantitativa. Trata-se de uma revisão integrativa de literatura, trazendo procedimentos metodológicos que possibilitam uma visão mais ampla, com os parâmetros baseados na revisão realizada, identificando conhecimentos que foram produzidos para o tema apreciado (MARCONI e LAKATOS, 2011).

A revisão integrativa vem ser uma ampla pesquisa que proporciona, de maneira geral, a síntese dos conhecimentos, com análise dos resultados e desenvolvendo uma explicação

para o fenômeno, ao mesmo tempo em que fornece subsídios para sua melhoria. Correspondendo a uma pesquisa de cunho bibliográfico, acerca de materiais publicados, fazendo observações e reflexões sobre as obras.

Desta forma, a revisão integrativa da literatura, segundo Mendes, Silveira e Galvão (2008), inclui analisar por meio da fundamentação e conclusões dos pesquisadores, podendo ser feito a sintetização dos conhecimentos sobre o assunto, além de identificar as possíveis lacunas sobre o que pretende verificar em uma área de estudo.

Ademais há probabilidade de verificação da visão crítica sobre o assunto, sendo rebatido e ao mesmo tempo ampliado para coleta de estudos de diversas abordagens, entretanto, rico em conhecimento científico sobre o assunto, surgindo aplicabilidade de dados qualitativos e quantitativos das revisões narrativas encontradas. (SOUZA; SILVA; CARVALHO, 2010).

Os critérios de inclusão utilizados para o referido estudo foram selecionados com base nas publicações acerca do tema em bases confiáveis. Apresentam-se como descritores da pesquisa: “bombeiro”, “saúde-doença”, “Síndrome de Burnout” e “estresse ocupacional”.

A questão norteadora do estudo é: “Quais as evidências na literatura científica de como a atividade laboral do Bombeiro Militar impactam o seu processo saúde-doença?” A pergunta foi definida pelo acrônimo (PVO): P (população) - bombeiros; V (variáveis) – processo saúde-doença; O (outcomes) – atividades laborais. Os descritores controlados e não controlados foram identificados nas plataformas indexadoras Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e no Medical SubjectHeadlines (MeSH).

Na temática da pesquisa, considerou-se o conhecimento em sua área e subárea, selecionados nas bases: Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Scientific Electronic Library Online (SciELO). Estas bases de dados foram escolhidas devido maior especificidade na identificação das consequências dos eventos adversos estudados sobre a saúde deste profissional.

A pesquisa teve como período de análise compreendido de 2017 a 2023, contendo idioma em português. Neste aspecto a pesquisa excluiu artigos que não se enquadram com a data de publicação optada no critério de inclusão, além de artigos que estiverem totalmente em outros idiomas. Todos os títulos selecionados e artigos originais de pesquisa foram lidos e analisados para identificar aqueles que atendessem aos interesses propostos. Os que não se relacionaram com a área, foram descartados, assim como excluído os estudos repetidos, sem resumo na base de dados ou incompletos.

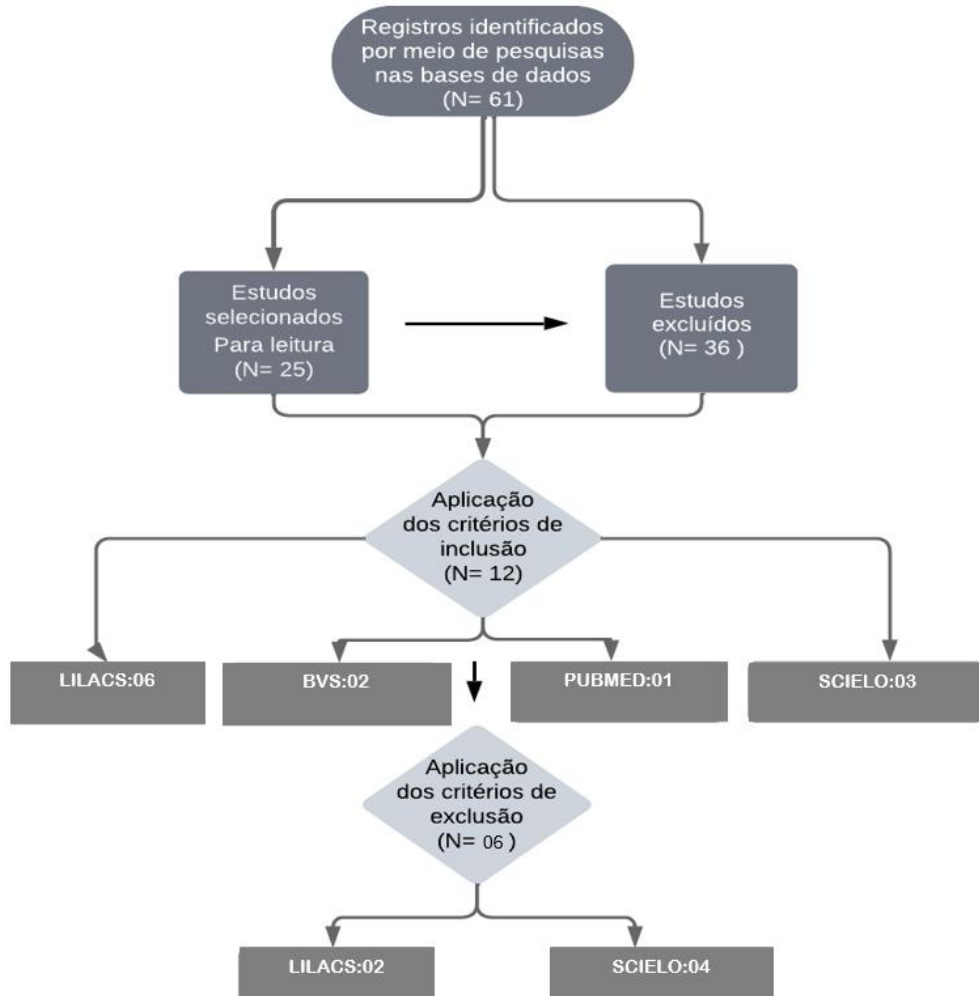
A coleta de dados foi desenvolvida por etapas: na primeira etapa, foram selecionados estudos através de pesquisa pelos descritores, excluindo os que não se encaixem

nos critérios da pesquisa; na segunda etapa foi feita tabulação dos arquivos e pesquisas encontrados; e, na última etapa, buscou-se analisar os resultados e o referencial dos autores encontrados.

O processo de revisão transcorreu inicialmente pela seleção de títulos, resumos e análise temática, esse processo foi realizado por dois Bombeiros Militares, sendo um discente pesquisador e um orientador pós-graduado e com experiência profissional. Relacionando as causas e agravos à saúde do profissional mencionado acima decorrentes do desempenho regular de suas atividades laborais.

Conforme o fluxograma abaixo, foram encontrados inicialmente 61 (sessenta e um) artigos. Entretanto, seguindo os procedimentos metodológicos propostos, obteve-se 06 (seis) artigos para revisão e embasamento do estudo.

**Figura 1-** Fluxograma do processo de seleção de artigos para este estudo



Fonte: Do autor (2023)

### 3 DISCUSSÃO DA REVISÃO DE LITERATURA

As atividades desempenhadas por bombeiros militares passam por situações contingenciais e emergenciais. Complementa-se a isso, o fato de apresentarem uma sobrecarga física e mental imposta pelas situações, muitas vezes, difíceis no campo de trabalho. Essas peculiaridades são despojadas do imaginário popular e, por vezes, dos próprios Bombeiros, deixando em segundo plano a necessidade de cuidado pessoal básico, como a própria saúde (MATA; PIRES; BONFATTI 2017).

Neste estudo, após a eletiva dos Artigos para compor a amostra da pesquisa, os que foram selecionados são bases elegíveis para o desenvolvimento da revisão. Desta forma, conforme a estruturação do estudo, mostrou-se importante a elaboração de explicativo e descritivo da pesquisa e dos Artigos selecionados, contemplando: autores, ano de publicação, título, tipo do estudo e principais objetivos e amostra.

Nesse interim há, portanto, a necessidade de identificar os textos e seus autores referenciados nesse trabalho, visando responder ao objetivo e questionamento norteador do estudo. Ressalta-se que todos foram submetidos à leitura e a avaliação crítica do pesquisador.

Assim, para compreender melhor o tema, este capítulo apresenta a discussão dos Artigos estudados divididos em temáticas, a saber: a saúde física dos Bombeiros, a saúde mental e Síndrome de *Burnout*. Essa divisão objetiva aproximar os estudos afins e facilitar o entendimento das relações de causa e efeito entre a atividade laboral e o comprometimento da saúde do profissional. Os artigos incluídos nas temáticas citadas estão descritos no Quadro I.

**Quadro I:** Descrição dos Artigos selecionados para fundamentação da Revisão Integrativa de Literatura

ANO	AUTOR	TÍTULO	TIPO DE PESQUISA	OBJETIVO	AMOSTRA	ESCOPO
2017	MATA, Natália Teixeira; PIRES, Luiz Antonio de Almeida e BONFATTI, Renato José	Bombeiros militares: um olhar sobre a saúde e violência relacionados com o trabalho	Qualitativa - exploratória	Refletir acerca da saúde do trabalhador a partir do movimento protagonizado por bombeiros militares do Estado do Rio de Janeiro em 2011.	Matérias, documentos e registros sobre o RJ	Saúde física e mental
2018	DOS SANTOS, Lauane Nogueira et al	Avaliação do risco para a síndrome de burnout em bombeiros militares.	Quantitativa - Transversal descritiva	Analisar o risco de desenvolvimento da Síndrome de Burnout em bombeiros militares.	51 bombeiros militares de SC	Saúde física e mental
2018	KNIHS, Débora Aparecida; MOURA, Bruno Monteiro de; REIS, Luiz Francisco	Perfil antropométrico de bombeiros militares: comparação entre os grupos de trabalho operacional e administrativo.	Quantitativa - Transversal descritiva	Comparar o perfil antropométrico de bombeiros militares entre os grupos de trabalho administrativo e operacional.	121 bombeiros militares de SC	Saúde física
2020	MARTIN, Daniel Rodrigues Ferreira Saint et al.	Nível de atividade física e sobrecarga cardiovascular em bombeiros militares durante combate a incêndio florestal	Quantitativa - Transversal descritiva	Avaliar o nível de atividade física, o comportamento sedentário e a sobrecarga cardiovascular de bombeiros.	07 bombeiros militares do DF	Saúde física
2020	LIMA, Eduardo de Paula et al.	Baixas na linha de frente: absenteísmo entre bombeiros durante o combate à pandemia da COVID-19	Quantitativa – Transversal descritiva	Descrever o absenteísmo relacionado a casos suspeitos e confirmados da COVID-19 e a outros diagnósticos entre bombeiros	5.627 bombeiros militares de MG	Saúde física
2021	OLIVEIRA, KarineTrarbach de; MORAES, Thiago Drumond.	Saúde mental e trabalho em profissionais do corpo de bombeiros militar	Qualitativa - exploratória	Investigar indícios de ocorrência de depressão, ansiedade e estresse entre os bombeiros e sua relação com o trabalho.	331 bombeiros militares de ES	Saúde mental

Fonte: Do autor (2023)

A principal questão a ser considerada no entendimento das atividades laborais e seus desdobramentos na saúde dos bombeiros é a enorme quantidade de variáveis implicadas. Partindo desse ponto, os estudos direcionaram o foco em áreas específicas na tentativa de reduzir as variáveis e estabelecer relações mais próximas da realidade.

No estudo de Knihs, Moura e Reis (2018), o indicador utilizado foi a composição corporal. Esse parâmetro e suas subcategorias foram utilizados para comparação de grupos operacionais e administrativos de bombeiros pertencentes ao Corpo de Bombeiros Militar de Santa Catarina. De acordo com os autores, composição corporal é um dos cinco componentes da aptidão física relacionada à saúde, junto com a flexibilidade, força, resistência muscular e aptidão cardiorrespiratória.

Nas palavras de Martin et al., (2020), a aptidão cardiorrespiratória de um grupo de bombeiros do Corpo de Bombeiros Militar do Distrito Federal, no desempenho de suas atribuições diárias no atendimento as demandas de combate a incêndio florestal, pode ser utilizada para avaliar os riscos à saúde desses profissionais. Os autores utilizaram como parâmetros a frequência cardíaca e a pressão arterial de repouso. Assim, foi possível identificar no grupo observado a quantidade de esforço cardiovascular dos indivíduos dividindo as atividades em comportamento sedentário, atividade leve e atividade moderada/vigorosa.

Estudos direcionados para a coleta e interpretação de dados fisiológicos apresentam uma possibilidade maior de aplicabilidade na modificação das condições predisponentes, porém não se constituem na única ferramenta a ser utilizada. Assim, Lima et al., (2020), realizaram um estudo com o intuito de descrever o absenteísmo relacionado a causas respiratórias e outras doenças durante a Pandemia de COVID-19. Por sua vez, pesquisa realizada a partir de matérias em sites específicos permitiu entender os anseios deles em vários aspectos de sua atividade laboral, incluindo a saúde (MATA; PIRES; BONFATTI, 2017).

Por outro lado, para a avaliação de componentes relacionados a saúde mental, com o intuito de reduzir a subjetividade, Oliveira e Moraes (2021) lança mão de questionários para identificar a prevalência de indícios de transtornos mentais entre dos profissionais citados do Corpo de Bombeiros Militar do Estado do Espírito Santo. Nesse mesmo caminho, Santos e colaboradores (2018) aplicam questionário, já validado e adaptado para o Brasil, na intenção de analisar o risco de desenvolvimento da síndrome de Burnout em Bombeiros militares do Estado de Santa Catarina.

Considerando a diversidade de áreas de atuação, os estudos apresentados foram assertivos no sentido de permitir o confronto das variáveis e suas consequências hipotéticas. Como limitação, ressalta-se que alguns dos estudos são restritos a amostras



pequenas, possibilitando uma interferência maior de fatores individuais ou de grupo, distando da realidade quando os seus resultados extrapolados.

Ademais, seguindo a linha de análise estabelecida, serão apresentados os resultados obtidos nos estudos divididos por temáticas, porém apresentando espaço para a relação entre todos os trabalhos utilizados.

### **3.1 A Saúde física dos Bombeiros**

Os já mencionados profissionais acima atuam em atividades de elevado grau de responsabilidade, desenvolvidas em diversos espaços e de alto risco, exigindo assim atuação profissional qualificada e de precisão, além de demandar preparo físico e mental apropriados. No estudo de Knihs, Moura e Reis (2018), os Bombeiros foram divididos em dois grupos comumente distinguidos no cotidiano desses profissionais, a saber: os que trabalham no âmbito administrativo, exercendo trabalhos mais burocráticos, voltados às práticas do escritório, enquanto o outro grupo fica a encargo do operacional, com a função de campo, responsável pelo desenvolvimento de atividades práticas visando salvaguardar vidas e bens.

Em se tratando desse aspecto, a pesquisa fornecida pelos autores supramencionados, trouxe um olhar para a diferença de trabalho dessas duas categorias, assim como o impacto que resulta. Entretanto, ressalta-se que independente do grupo a que pertence, estes profissionais devem estar em boa saúde para as funções, garantindo a eficiência e segurança no desempenho de sua atividade fim.

Os indicadores utilizados para fazer um comparativo a estes dois grupos, foram os antropométricos, sendo considerados a gordura corporal, a massa magra e a medidas da cintura abdominal. Todos esses parâmetros são utilizados e bem estabelecidos na prática médica para determinação de risco de desenvolvimento de inúmeras patologias.

Nesse contexto, é apontada uma alta associação entre o baixo desempenho em testes de habilidades relacionadas às tarefas da profissão de bombeiro militar e valores elevados de índice de massa corporal. Além disso, a gordura corporal parece interferir nas qualidades físicas de força, agilidade, velocidade, resistência cardiorrespiratória e potência. Knihs, Moura e Reis (2018) apontam que existem diferenças na composição corporal entre os grupos estudados, sendo que, a despeito do que se hipostenizava, o grupo operacional apresenta valores maiores de massa corporal, massa magra e índice de massa corporal (IMC). Ainda nesse estudo, os resultados indicam que os bombeiros de ambos os grupos se apresentam com IMC e percentual de gordura (%G) bem acima do recomendado. Nesse cenário, pode-se estabelecer um elevado

risco de desenvolvimento de doenças como coronariopatias, cardiomiopatias, hipertensão arterial sistêmica, dislipidemias, vasculites, eventos cerebrais isquêmicos e diabetes para os bombeiros que desempenham atividades operacionais devido IMC elevado. Não obstante, todos os grupos estudados apresentam fatores de risco para desenvolvimento de patologias cardiovasculares e síndrome metabólica devido percentual de gordura corporal acima do recomendado.

No que diz respeito aos estudos de Martins et al., (2020), foi avaliada a exposição a carga de exercícios físicos variados durante o desempenho de suas atribuições. Para isso, foi realizada a verificação de frequência, pressão e seu comportamento através das atividades desempenhadas em suas atividades operacionais relacionadas ao combate à incêndios florestais. Assim, as conclusões permitem a compreensão da dinâmica delicada da atividade laboral dos bombeiros militares e sua saúde.

Nesse destarte, a coleta e interpretação de dados obtidos de 7 bombeiros em uma operação de combate a incêndio florestal no Distrito Federal, permitiram a constatação de que os voluntários armazenaram 337min em atividade moderada/vigorosa durante um período de 3 dias, ou seja, aproximadamente 2,2x mais de atividade do que a população geral. Aponta-se que a Organização Mundial da Saúde, recomenda o mínimo por semana de 150min de atividade média/vigorosa (MARTINS et al., 2020). Assim, ficou evidente que os bombeiros estudados apresentaram atividade física considerável, o que se constitui em fator de proteção para patologias cardiovasculares e síndrome metabólica, porém podem provocar lesões osteomusculares consideráveis se extrapolarem as limitações físicas individuais, considerando que essas atividades são realizadas com uso de equipamentos variados e em terrenos irregulares.

Dessa forma, observou-se, no estudo elencado no parágrafo anterior, que os bombeiros necessitam passar por uma avaliação contínua, além de treinamentos físicos regulares para diminuir os riscos crônicos relacionados as atividades operacionais avaliadas.

No que tange a mesma esfera de discussão sobre saúde física destes profissionais, Lima et al., (2020) realizaram pesquisa sobre o absentismo no período pandêmico, trazendo a figura do bombeiro que atua na linha hospitalar. Evidenciou-se a relação do descumprimento do dever, por conta das doenças respiratórias e o medo durante a pandemia (LIMA et al., 2020).

A falta gerada no período verificou-se por meio de gráficos do levantamento de registros, assim como análise documental de licença-saúde por um período de 2019 a 2020, sendo pontuados antes, durante e depois da COVID-19. Os resultados confirmaram que os profissionais supracitados que atuam na área da saúde, evidenciaram elevação no absentismo pela apresentação de infecções respiratórias, tendo relação com seu adoecimento. Ressalva-se

que os autores referiram que o aumento do absenteísmo pode ter como fatores relevantes: o vínculo formal de emprego; e a maior percepção de risco por parte dos Bombeiros. Assim, as faltas são amparadas por legislação mais protetiva e a maior percepção de risco faz com que eles atentem mais aos cuidados preconizados para os atendimentos pré-hospitalares ou com pessoas que ofereçam risco de transmissão de patologias infecciosas.

### **3.2 A saúde mental dos bombeiros**

A literatura científica vem, ao decorrer dos anos, apontando sobre os impactos que a rotina de trabalho e as atividades desgastantes. Estes manifestam-se através de doenças não somente de forma que apresente desgaste físico, mas, afeta a mente do profissional em questão com grande pontuação. Não obstante, os estudos se preocupam com a qualidade de trabalho, na perspectiva de melhorar o ambiente de trabalho, condições psicológicas, físicas e sociais (MATA; PIRES; BONFATTI, 2017).

Mata, Pires e Bonfatti (2017) estendem-se a levantamentos de riscos gerados no trabalho, ocupacionais, relativas à saúde, carga mental, segurança do trabalho, esforços repetitivos, comunicação tecnológica e psicologia do trabalho, processos comportamentais, expectativas, entre outros, considerando o conjunto e a natureza das indagações em torno do tema, dos muitos conceitos e outros meios de discussão.

Os indivíduos que desempenham os trabalhos com elevada variedade, autonomia, identidade de tarefas e um bom diálogo são capazes de obter uma satisfação pessoal significativa. Visto que os funcionários passam a maior parte do dia dentro da empresa, é extremamente importante que os profissionais se sintam à vontade para exercerem suas atividades da melhor forma possível (OLIVEIRA e MORAES, 2021).

Estudos salientam que a dinâmica relacionada aos fatores psicológicos e fatores humanos, exerce ligação com a saúde do trabalhador. Segundo Da Silva et al. (2013), o corpo em geral, não foi adaptado para aguentar situações diariamente de alto estresse. Com isto, a necessidade de buscar mecanismos que ajude o profissional Bombeiro Militar a lidar com sua jornada diária e exercer suas funções dentro da organização, é cada vez mais colocado em pauta.

O estresse ocupacional, segundo Soares e Miranda (2012, p. 192 - 204) é um processo no qual o indivíduo passa a ter reflexões de situações negativas sofridas no trabalho, gerando estressores e reações que são compostas por três fatores: estressores, fatores individuais e reações fisiológicas, psicológicas ou comportamentais. Todas ligadas ao que o funcionário passa no ambiente de trabalho, passando por altas cargas de estresse e desestimulando para

buscar melhoria dentro da organização.

Ressalta-se que embora os bombeiros passem por treinamentos e cursos de habilitação ao longo da sua carreira, são ao mesmo tempo expostos a situações que colocam em xeque sua estabilidade emocional, com grandes cargas de pressão e até mesmo, risco a sua própria vida (OLIVEIRA e MORAES, 2021).

Nos estudos de Oliveira e Moraes (2021) apontou-se como amostra uma quantidade de 297 Bombeiros que responderam questionamentos sobre o estresse no ambiente do trabalho e a influência em sua vida. “A amostra desta pesquisa foi composta 16,2% profissionais do sexo feminino e 83,8% do sexo masculino, com idades variantes de 26 a 53 anos, dentre eles a margem de 63% atuantes em atividades operacionais” (OLIVEIRA E MORAES, 2021, p. 1392). Os autores trouxeram como resultados, uma tabela para identificação quantitativa dos dados coletados nos questionários:

**Tabela 01 – Percentual de início de transtornos mentais de acordo com o nível de severidade dos sintomas**

<b>Transtorno</b>	<b>Normal</b>	<b>Suave</b>	<b>Moderado</b>	<b>Grave</b>	<b>Extremamente grave</b>
Depressão	47,5%	13,5%	15,2%	8,8%	15,2%
Ansiedade	54,5%	5,7%	13,8%	6,1%	19,9%
Estresse	49,2%	11,8%	16,5%	11,8%	10,8%

Fonte: OLIVEIRA e MORAES (2021).

Segundo o autor Oliveira e Moraes (2021, p. 1392), “35% dos entrevistados não apresentaram em seus relatos sintomas de possível ansiedade, depressão ou estresse acima do normal. Entretanto, 65% apresentaram de forma significativa algum transtorno em níveis acima do normal”, indicam nível de depressão, ansiedade ou estresse acima de normal. Nestes, 35,3% apresentaram indicação simultânea de três transtornos acima do normal. É perceptível que os resultados demonstrados indicam, segundo os autores referenciados, uma necessidade de transformação dentro da corporação, no que condiz as práticas de gestão. Assim como indicou os resultados positivos sobre o afastamento desse profissional, onde se mostrar necessário para cuidar de sua saúde mental.

No estudo de Mata, Pires e Bonfatti (2017), existem ainda, fatores predominantes que incorrem no cotidiano profissional, sendo eles a carência de recursos materiais e estruturais deste segmento, assim como os fatores socioeconômicos que afetam. Esses referidos fatores podem comprometer a saúde física e psicológica dos bombeiros, dando entrada para a

ocorrência de doenças psicossomáticas, crônicas e acidentes dentro do ambiente corporativo. É segundo os autores, um cenário a ser reavaliado para suprir as condições de interfaces trabalhadoras x saúde.

### **3.3 Síndrome de *Burnout***

Quanto a síndrome de *Burnout*, segundo o Ministério da Saúde é um distúrbio emocional que tem relação com o esgotamento profissional, correspondente ao estresse e pelo fator de excesso de trabalho, ou, com desgastes de trabalho com grandes demandas de responsabilidade e competitividade (BRASIL, 2020).

Essa síndrome é uma reação a tensão emocional crônica, e é um conceito multidimensional que atinge o trabalhador. Nos estudos de Da Silva et, al. 2019, afirmou que o transtorno envolve 3 (três) fatores: o primeiro diz respeito com a exaustão do trabalho, que são constantemente esgotadas as energias; o segundo corresponde a despersonalização, que envolve um endurecimento afetivo, ou seja, ele poderá desenvolver níveis negativos de sentimentos e atitudes; e por fim, a terceira é a falta de envolvimento nas relações do trabalho.

O estresse ocupacional gera reações negativas e condições opressoras, que influenciam os bombeiros militares. Em muitos casos, a qualidade e condições de trabalho em que estão submetidos estes profissionais correspondem aos fatores mais relevantes e passíveis de intervenções, permitindo evitar futuras doenças ou agravamentos aparecer em curto ou longo prazo.

Na pesquisa de Dos Santos et. al (2018), que teve como intento compreender a relação bombeiro/trabalho, ou seja, como ambiente de trabalho é responsável por desencadear as várias formas de estresse, podendo causar futuros transtornos nos funcionários, alterando de forma significativa seu bem-estar físico e psicológico. Como resultado da pesquisa, e tendo como amostra 51 bombeiros do Estado de Santa Catarina, concluiu-se que nenhum dos sujeitos da amostra apresentaram síndrome de burnout, porém mais da metade apresentaram fatores de risco elevados para o seu desenvolvimento, necessitando de intervenção terapêutica e suporte institucional.

Desta forma, fica evidente que os profissionais têm no trabalho a possibilidade de satisfazer suas realizações sociais, transformando e criando um ambiente saudável, porém a profissão produz níveis positivos, assim como, níveis negativos. Assim, é necessário um olhar para a qualidade de vida do trabalhador dentro do ambiente corporativo visando evitar a

instalação de doenças mentais e, principalmente garantindo a identificação precoce e eliminação de fatores de riscos.

#### 4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Neste estudo, optou-se por compreender sobre a relação entre o processo saúde-doença e as atividades laborais do profissional bombeiro, o ser humano além da farda. Utilizando-se de uma Revisão Integrativa da Literatura sobre a temática, foi possível identificar a exposição à inúmeros fatores de risco que estes profissionais do Brasil estão expostos no cotidiano de suas atividades laborais.

Dessa forma, no que se refere a saúde física, eles estão expostos à maiores fatores de proteção para desenvolvimento de doenças cardiovasculares devido o maior tempo de atividades físicas modera e intensas no combate à incêndios florestais, se comparados com outras profissões. Porém, essas mesmas atividades apresentam riscos elevados de doenças osteomusculares em decorrência delas serem executadas em condições inapropriadas.

Conclui-se também que a especificidade de algumas atividades em relação ao contato mais próximo com o público coloca estes em maior risco de desenvolvimento de doenças infectocontagiosas, levando a maior absenteísmo. Esses fatos corroboram para o desencadeamento de fadiga e estresse, e, quando associados às condições de trabalho pouco favoráveis, podem comprometer a saúde mental desses profissionais.

Além disso, foi observado que o perfil antropométrico dos bombeiros apresenta diferença quando comparados os que desempenham funções operacionais e o que desempenham funções administrativas. Os Bombeiros operacionais apresentam uma maior massa corporal, maior massa magra e maior IMC. Porém, ficou evidenciado que em ambos os grupos o percentual de gordura corporal e o IMC estão acima dos valores recomendados, constituindo fatores de risco importantes para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares e síndrome metabólica.

No contexto das doenças mentais, foi possível concluir que eles estão expostos à fatores de risco significativos na sua prática profissional, sendo que a maioria dos sujeitos da pesquisa já apresentavam sintomas graves de ansiedade, estresse e depressão. Ainda nesse cenário, a pesquisa feita aprofundou os conhecimentos acerca da síndrome de *Burnout*, chegando a resultados satisfatórios em nível de conhecer aspectos do estresse que permeiam os Bombeiros Militares, porém não evidenciando nenhum sujeito com o diagnóstico fechado para tal patologia. Contudo, é salutar destacar que se construa outros estudos para o referido tema,

visto a complexidade das abordagens trabalhadas. Assim, restou-se claro que para alcançar satisfação, precisa que o indivíduo se identifique e realize aspirações, além de satisfazer necessidades, para somente assim, modificar o ambiente que o permeia, seja ele profissional ou social.

Em suma, este trabalho evidenciou que existe uma relação próxima entre as atividades laborais dos profissionais mencionados e o seu processo saúde-doença, de forma que esses profissionais estão expostos a fatores de risco importantes na sua rotina de trabalho. Ressalta-se que alguns dos trabalhos estudados apresentam amostras reduzidas e que, no geral, não foram considerados o estilo de vida fora da instituição para se compreender como os fatores externos contribuem para o aumento dos fatores de risco que podem influenciar o processo saúde-doença dos bombeiros militares do Brasil. Soma-se a isso, o fato de que os estudos não englobam vários Estados do país, comprometendo a possibilidade de extrapolação dos resultados para todo o território.

## REFERÊNCIAS

BARALDI, Carolina Alexandrino. **Síndrome de Burnout: um estudo sobre prevalência e preditores em bombeiros de São Paulo**. 2018.

BRASIL. **Ministério da Saúde**. Gabinete do Ministro. Portaria nº 2.309, de 28 de agosto de 2020. Brasília, 2020.

DA SILVA ARAÚJO, Raiane Jordan et al. **Síndrome de Burnout em bombeiros militares**. *Enfermagem Brasil*, v. 18, n. 1, 2019.

DOS SANTOS, Lauane Nogueira et al. **Avaliação do risco para a síndrome de burnout em bombeiros militares**. *Cogitare Enfermagem*, v. 23, n. 3, 2018.

KNIHS, Débora Aparecida; MOURA, Bruno Monteiro de; REIS, Luiz Francisco. **Perfil antropométrico de bombeiros militares: comparação entre os grupos de trabalho operacional e administrativo**. *Revista Brasileira de Medicina do Trabalho*, v. 16, n. 1, p. 19-25, 2018.

LIMA, Eduardo de Paula et al. **Baixas na linha de frente: absenteísmo entre bombeiros durante o combate à pandemia da COVID-19**. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, v. 45, 2020.

MARCONI, Marina de Andrade; LAKATOS, Eva Maria. **Técnicas de pesquisa: planejamento e execução de pesquisa; amostragens e técnicas de pesquisa; elaboração, análise e interpretação de dados**. In: *Técnicas de pesquisa: planejamento e execução de pesquisa; amostragens e técnicas de pesquisa; elaboração, análise e interpretação de dados*. 2012. p. 277-277.

MARTIN, Daniel Rodrigues Ferreira Saint et al. **Nível de atividade física e sobrecarga**

**cardiovascular em bombeiros militares durante combate a incêndio florestal: um estudo exploratório.** *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, v. 45, 2020.

MATA, Natália Teixeira; PIRES, Luiz Antonio de Almeida; BONFATTI, Renato José. **Bombeiros militares: um olhar sobre a saúde e violência relacionados com o trabalho.** *Saúde em Debate*, v. 41, p. 133-141, 2017.

MENDES, Karina Dal Sasso; SILVEIRA, Renata Cristina de Campos Pereira; GALVÃO, Cristina Maria. **Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. Texto & contexto-enfermagem**, v. 17, p. 758-764, 2008.

OLIVEIRA, Karine Trarbach de; MORAES, Thiago Drumond. **Saúde mental e trabalho em profissionais do corpo de bombeiros militar.** *Revista Psicologia Organizações e Trabalho*, v. 21, n. 1, p. 1388-1397, 2021.

OLIVEIRA, Marisa Augusta de; OLIVEIRA, Simone Santos. **A face humana do herói: análise do processo saúde-doença de bombeiros a partir de comunidades virtuais.** *Interface-Comunicação, Saúde, Educação*, v. 24, 2019.

PESTANA, Priscylla Ruany Mendes et al. **Relação entre qualidade de vida, burnout e condições de saúde entre bombeiros militares.** *Revista da Universidade Vale do Rio Verde*, v. 12, n. 1, p. 855-865, 2014.

SOARES, B. L.; MIRANDA, R. F. **Análise de fatores estressores percebidos por policiais militares da área administrativa.** *Perspectivas em Psicologia*, v. 16, n. 2, p. 192-204, jul./dez. 2012.

SOUZA, Marcela Tavares de; SILVA, Michelly Dias da; CARVALHO, Rachel de. **Revisão integrativa: o que é e como fazer.** *Einstein (São Paulo)*, v. 8, p. 102-106, 2010.